



# ～自転車事故から自分を守るために～

[ ] 中は、AかB、どちらが正しいか考えましょう!

自転車にも  
たくさんの  
ルールがあるよ



交通ルールを  
守って運転!

## 自転車は『車のなかま』だよ

### ① からだに合った自転車に乗りましょう

ハンドルを  
にぎったとき  
上体が少し  
[A 前]  
[B 後ろ]  
にかたむく

サドルに  
またがったとき  
[A 両足]  
[B 片足]の先  
が地面につく



かかとが少し上がる  
くらいがいいね!



## ② 乗る前に必ず点検しましょう

☆ブレーキは

- [ A 前輪だけ ]
- [ B 前輪と後輪 ]

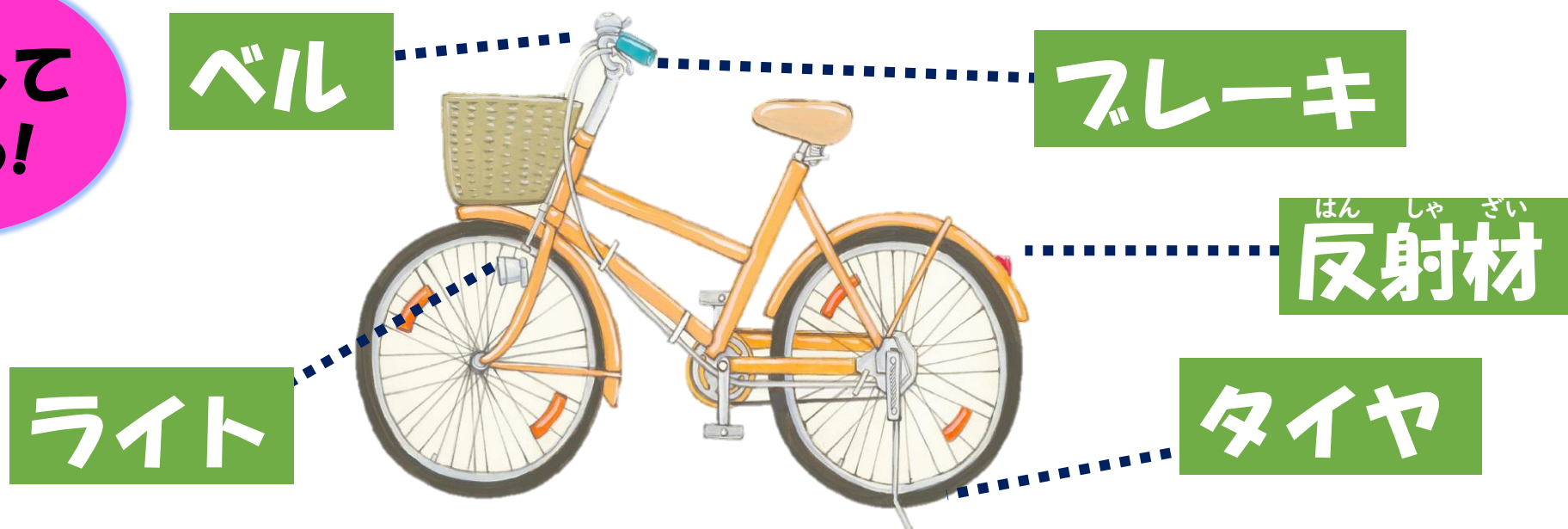
についていて、よくきくか

☆タイヤには

- [ A じゅうぶん ]
- [ B 少し ]

空気が入っているか  
すりへっていないか

てんけん  
点検して  
みよう!



## ③ 正しくヘルメットをかぶりましょう

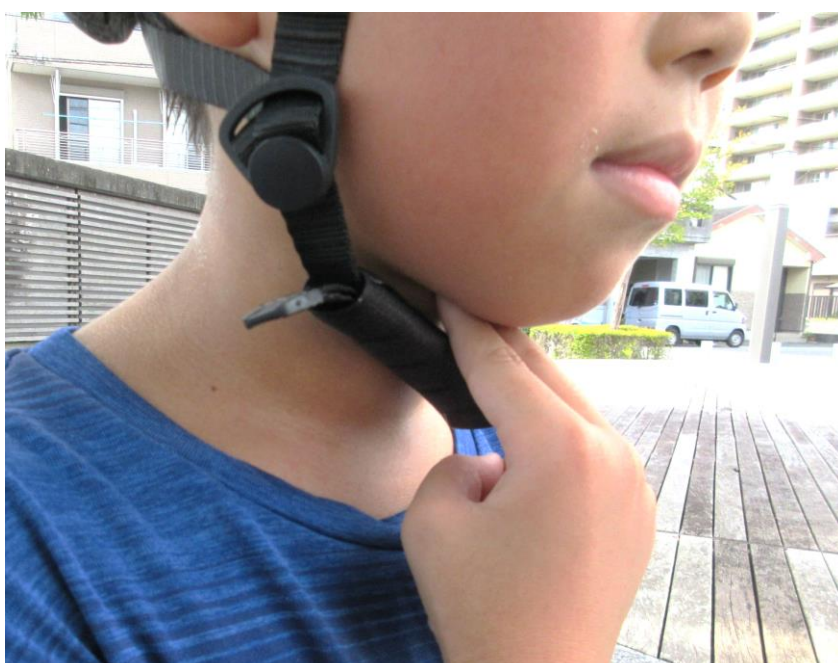
ヘルメットは大切な頭を  
守ってくれますよ



☆ヘルメットは

- [ A ななめ ]
- [ B まっすぐ ]

にかぶる



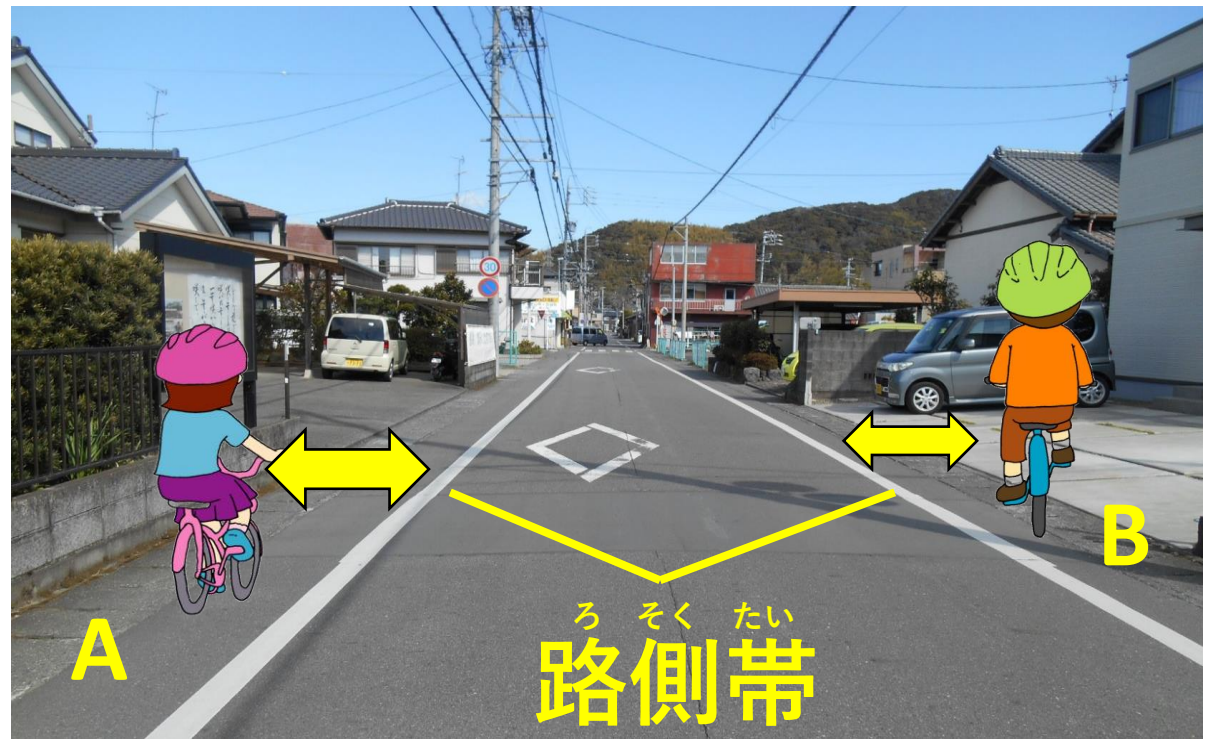
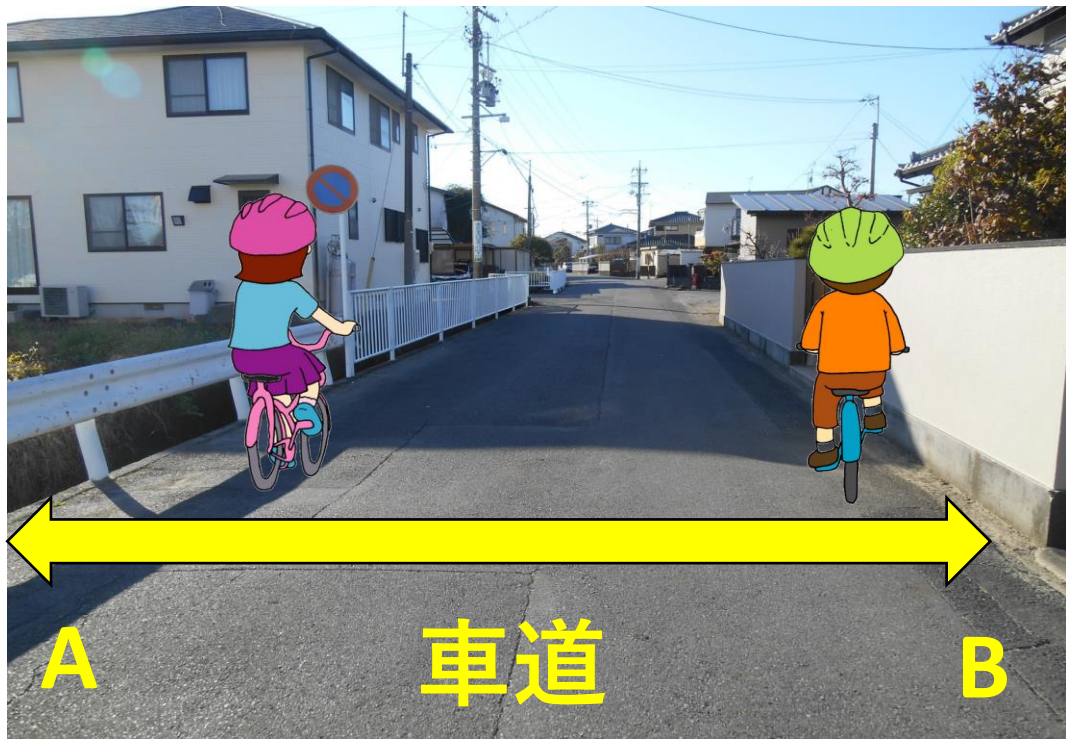
☆あごひもは、

- 指が [ A 2本 ]
- [ B 5本 ]

入るくらいにする



# ④ 自転車の通るところ (車道・路側帯)



☆車道では

**A**左  
B右

はし

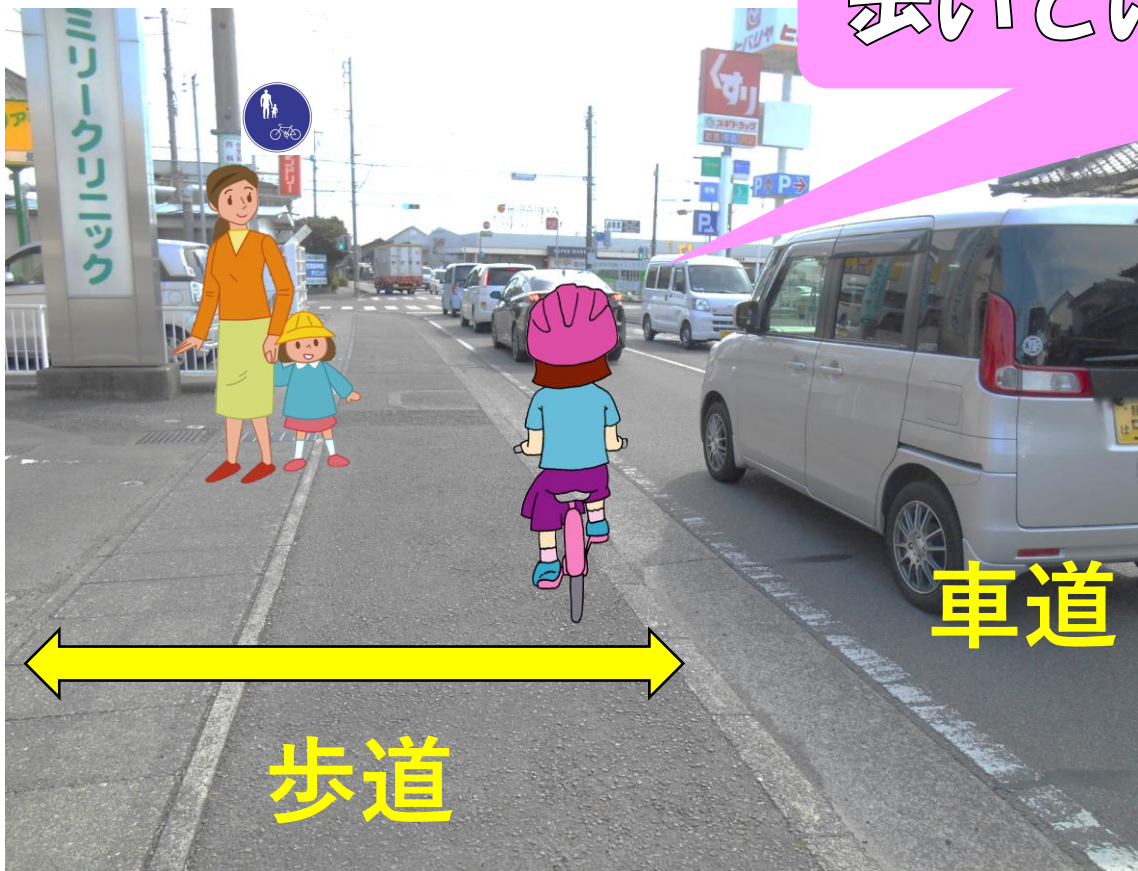
を通りましょう

☆ **A**左  
B右

の部分に設けられ路側帯は  
通ることができる

# ⑤ 自転車が歩道を通ることができるとき

歩いている人に気をつけて！！



自転車が歩道を通ることができるのは

- 『自転車が歩道を通ることができる』  
標識や標示があるとき
- 運転者が13歳未満の子どもや70歳以上の  
おとしより、またはからだの不自由な人  
であるとき

☆歩道を通る場合は、車道よりの部分を

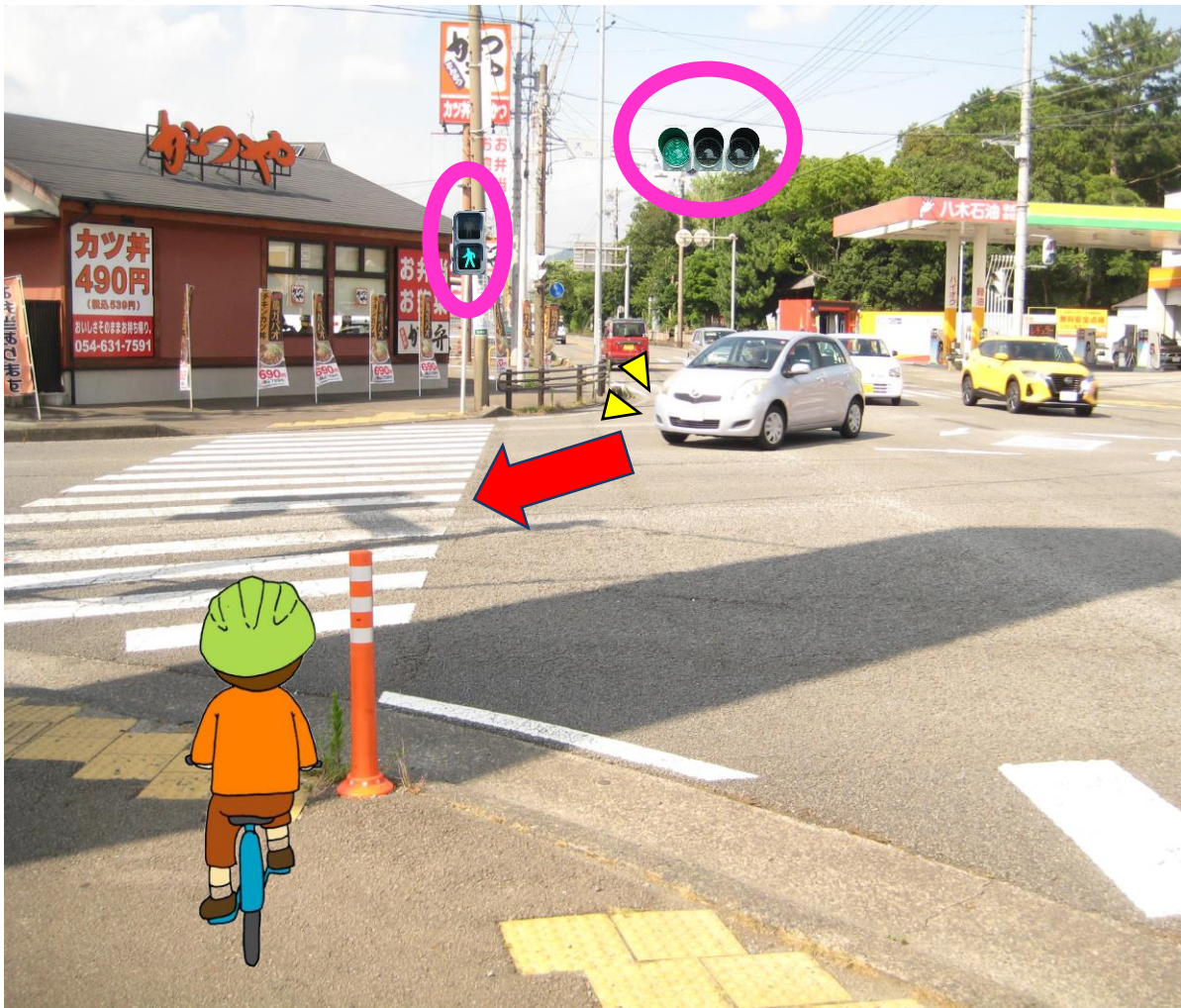
**A**ゆっくりと  
Bスピードをあげて

走らなければなりません



## ⑥ とび出しはやめましょう

# 自転車事故でいちばん多いのは 交差点での出会い頭の事故です

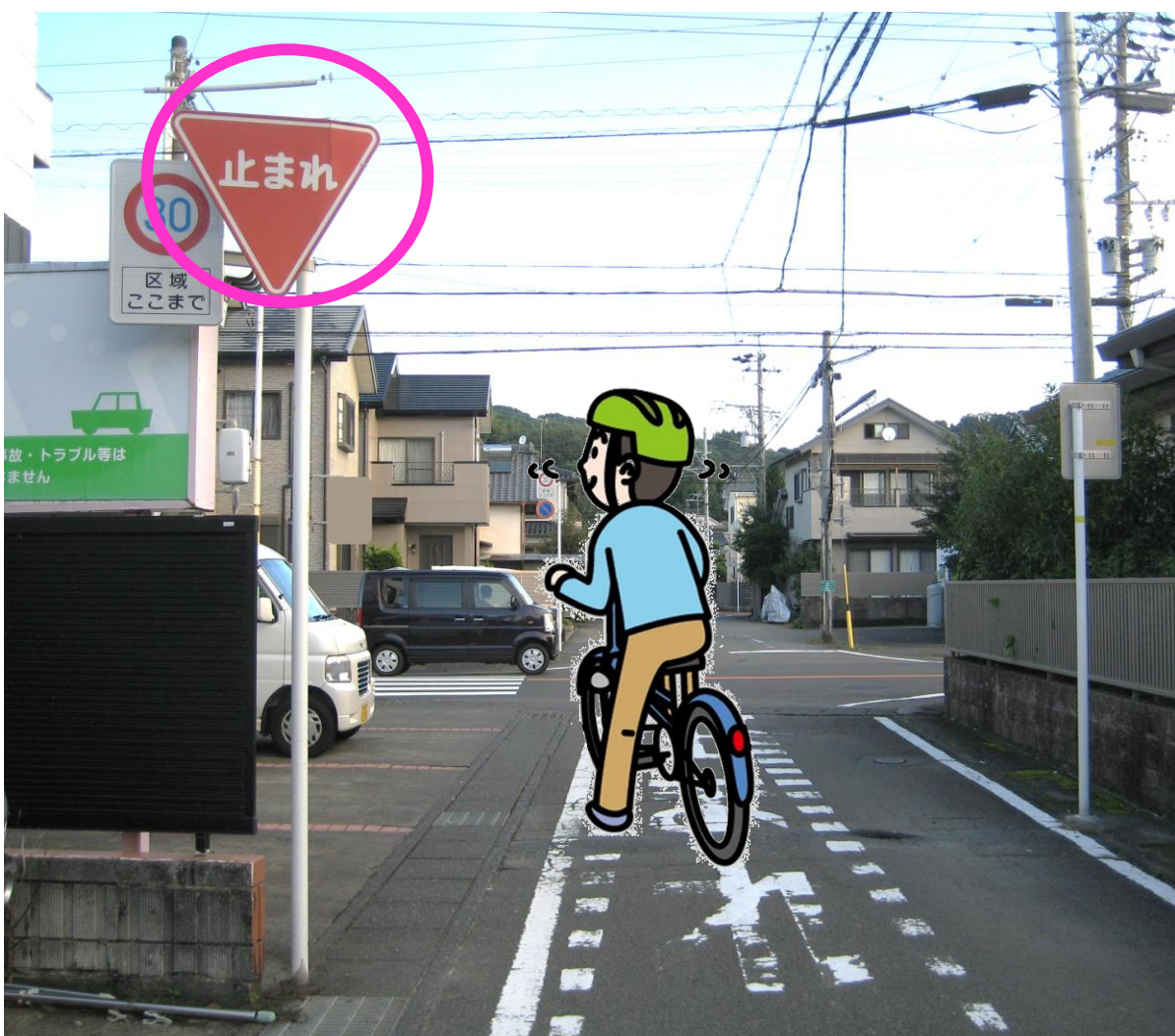


☆信号機のある交差点では

必ず信号が [ A 赤 ]  
[ B 青 ]

になってから進みましょう

青でも曲がってくる  
車に注意!!



☆『一時停止』の標識の  
あるところや、せまい  
道路から広い道路に

出るときは、必ず

[ A いったん止まって ]  
[ B スピードを落として ]

安全を確かめましょう



# ⑦ 夜は必ずライトをつけましょう

自転車が2台いるのがわかるかな？



☆ライトは自分の

[  A 前 ] の安全を確認  
[ B 後 ]

するだけでなく、車などに自転車がいることを知らせるものでもあります



ライトをつけて  
自分の存在を  
アピールしよう！

# ⑧ こんな乗り方は危険ですからやめましょう

☆かささし運転は

[ A よい ]  
[  B やめる ]



☆片手運転は

[ A よい ]  
[  B やめる ]



☆ふたり乗りは

[ A よい ]  
[  B やめる ]



☆横にならんで  
走るの

[ A よい ]  
[  B やめる ]

